

ABSTRAK

Silvia AR. (2018). Efektivitas Teknik *Coaching* untuk Peningkatkan *Psychological Well-being* Siswa (Penelitian eksperimen kuasi terhadap siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018).

Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas teknik *coaching* untuk meningkatkan *psychological well-being* siswa. Metode yang digunakan adalah eksperimen kuasi dengan *nonequivalent pretest-posttest control group design*. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *psychological well-being* Ryff versi 42 aitem. Koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* untuk *psychological well-being* sebesar $\alpha = 0.87$. Partisipan penelitian adalah siswa kelas XI SMA Negeri 14 Bandung berjumlah 20 orang, pengambilan sampel dilakukan secara *non probability* yang dikelompokkan dalam kelompok eksperimen (10 orang) dan kelompok kontrol (10 orang). Teknik analisis data dengan menggunakan *Mann-Whitney* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata *gain score* antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, peningkatan terlihat pada empat dimensi *psychological well-being* siswa yaitu (penerimaan diri, kemandirian, tujuan hidup, dan penguasaan lingkungan) dan dua dimensi yang tidak signifikan (pertumbuhan pribadi dan hubungan baik). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok teknik *coaching* efektif untuk meningkatkan *psychological well-being* siswa. Rekomendasi ditujukan untuk guru BK dan peneliti selanjutnya.

Kata kunci: *psychological well-being*, *Coaching*, Bimbingan kelompok

ABSTRACT

Silvia.AR.(2018).The Effectiveness of Coaching Techniques for Improving Psychological Well-Being of Adolescent (A Quasi-Experimental Research of 11th Grade Student State Senior High School 14 Bandung Year of Study 2017/2018).

This research conducted to evaluate the effectiveness of coaching techniques to improve students' psychological well-being. The method used a quasi experiment with nonequivalent pretest-posttest control group design. This research used the psychological well-being scale of Ryff version 42 item. Alpha Cronbach's reliability coefficient for psychological well-being is $\alpha = 0.87$. The participant in this research were 20 student of 11th grade state senior high school 14 Bandung, the sampling was conducted non-probability. Data analysis technique Mann-Whitney test showed there was a significant difference in the average gain score between the control group and the experimental group, improvements seen in the four dimensions of psychological well-being students (self-acceptance, autonomy, purpose in life, and environmental mastery) and two insignificant dimensions (personal growth and positive relation with other). Based on the results of research indicated that coaching technique effective to improve students' psychological well-being. Recommendations are for guidance and counseling teachers and next future researchers.

Keyword: Psychological Well-Being, Coaching, group technique